

蔡俊彥 苦盡甘來登上世一

蔡俊彥今年從棄劍邊緣到連奪4個國際賽冠軍，更成功登上「世一」寶座，苦盡甘來的路上是努力、運氣，也是「機會只留給有準備的人」的一場見證。

年初於世界盃分站及大獎賽連番受挫，到5月的上海花劍大獎賽，終於奪得人生首面排名賽金牌，及後再於亞錦賽奪金，並在7月的世錦賽在決賽擊敗俄羅斯劍手，登上世一寶座，他學會放下埋怨，重新享受劍擊。到今年11月，蔡俊彥以「世一」姿態出戰今季首場國際賽卻64強止步，全運會個人賽亦無緣頒獎台，但完成蛻變的他未因失利再自我懷疑，先在全運會團體賽夥拍張家朗、梁千雨及吳諾弘奪金，之後又在日本福岡奪得生涯首面世界盃分站賽金牌，為自己的2025年畫下完美句號。

展望明年，蔡俊彥充滿信心：「相信自己到咗巔峰期，希望每站比賽都可以衝擊獎牌，亦希望明年主場出戰世錦賽有好發揮。」

蔡俊彥

2025年踏入最後一天，5名本地運動員回首今年，有反省、頓悟，亦有來自谷底反彈的喜悦，然而共通的是他們都以迎難而上的無畏精神，為香港體壇貢獻出精彩的一年。生活往往充滿困難和挑戰，但港人總能在香港運動員身上找到名為「勇氣」的力量，以堅定的步伐邁向新一年。

薛雅齊 專注自己衝擊亞運

20歲的薛雅齊（Summer）是近年香港女子佩劍的新力量，現時穩佔香港排名第一。經歷漫長的一季，接連在世界大學生運動會和亞洲青少年劍擊錦標賽打出佳績，薛雅齊自言對待比賽的心態更加成熟，踏上劍道更添自信。

薛雅齊自言現在對待比賽的心態更加成熟，讓自己打出好表現：「之前一直打得唔好，係心態未夠成熟，覺得好多人對我有期望，就背負咗壓力。依家我係只係為自己打劍，心態嘅轉變，令表現都有進步。」告別青年組，她期望新一季專注成年組可繼續進步，並衝擊受知名古屋亞運個人賽資格，甚至以獎牌為目標：「希望贏到亞運獎牌，最重要係每項比賽都全力以赴，而心態上又順其自然！」

薛雅齊

張家朗

回首2025 勇者無敵

5港將

迎難而上放異彩

李思穎 沒有最好只有更好

「今年最深刻比賽係全運會，賽前目標當然係冠軍，但有諗過可以攞3面金牌！」李思穎走出去年巴黎奧運失利的陰霾，今年2月先在亞錦賽勇奪1金3銀2銅，包括在捕捉賽封后，生涯首度在成年組榮膺亞洲冠軍；年末在全運先於公路賽成功衛冕寫下歷史，轉戰場地賽夥拍梁穎儀於麥迪遜賽奪冠，並在強項全能賽稱后，單屆3金締造香港單車隊歷史。

李思穎說：「今年長期喺澳洲集訓，有好多比賽磨煉，自信心慢慢提升，攞到首個亞洲冠軍嘅時候，覺得終於做到啦，結果過幾日就喺全能賽失利。」到了備戰全運會時，針對心態下了更多苦功，最終再奪3金：「最大得着係明白信心好重要，未來會繼續針對心理同體能去改善，因為明年喺亞運會面對對手會更強。」在小女車神眼中，沒有最好，只有更好。

李思穎

余縉妍 率女重團結前行

在奧運金牌得主江旻憻淡出下，余縉妍成為香港女重隊主力，外界也許會拿兩人作比較，但余縉妍從中學懂欣賞自己。24歲的她年初贏得大獎賽多哈站冠軍，亦首奪世界盃溫哥華站銅牌，7月在世界大學生運動會成功衛冕，更創下歷史！季尾世界排名升上了生涯新高第4位。剛過去的賽季碩果累累，是她磨劍十年堅守信念的成果。

今年以優異成績從美國聖母大學畢業的余縉妍「學」「劍」兩不誤，展望來年，余縉妍冀與女重隊一起走得更遠：「今年團體賽有新嘅組合，唔知之後會唔會有變動，但我認為我哋有潛質做得更好。個人衝擊牌之外，我都想團體賽同隊友一起衝擊。」

余縉妍

張家朗 逆境煉出熱血回歸

手握兩面奧運金牌的張家朗，由去年年終世界第一，跌到目前世界排名15。年中在亞錦賽及世錦賽「一輪遊」，到剛於主場出戰公開賽，以香港冠軍為2025年作結，對久未踏上最高一級頒獎台的他而言，百感交集：「終於可以贏番次！喺體育競技中，發揮好唔代表一定贏。我前幾年都順境，今次係一個好時機，畀我明白競技場上有長勝之師，大家都會經歷落敗，只要對得住自己，每日努力去練習就夠。勝敗兵家常事，唔輸又點會贏呢？」「劍神」從逆境中煉成從容和氣度，明年主場爭取「大滿貫」最後拼圖的世錦賽金牌：「個人只差世錦賽（冠軍），希望團體都可以有新突破，目標係團體可以做到世一！」

排名低了，但境界更高，為2026年的熱血「Comeback」篇章，埋下了最強伏線。

盧比度要先做好防守

鄭兆聰 前香港足球先生 NOW Sports主持

聰擊球壇



今期想與大家研究省港盃首回合，這是盧比度執教港隊的第一場比賽，我認為不能對他要求過高。因為上任時間短，而且在這時段能夠選用的球員，很多都未能達到他心目中的理想，有些球員需要放假、有些球員受傷、也有些球員剛放假未能即時有好準備，這無疑增加了盧比度

領軍的難度。大家要明白，省港盃並非國際大賽，只是應酬波。當然，着上港隊波衫上陣，就有需要為香港去爭勝，但盧比度只能勉強砌到一隊波，加一些可以臨場調動的後備，今次陣容離完整尚差很遠。盧比度排陣沿用他慣常的433陣式，上半場嘗試利用主場之利在中前場積極逼搶，希望令廣東隊犯錯。其實收到不錯效果，廣東的

U20球員的確出了不少錯，甚至面對面也經常交失，讓港隊得到不少機會。不過廣東隊的優點是活力、速度與體能。上半場港隊在佔優下未能把握一些機會，因而埋下未能贏波的伏線。到了下半場，廣東隊的體能活力優勢開始凸顯，每每都能夠快你一步，從而利用手榴彈及速度取得兩個入球。到了之後廣東隊有兩名球員被逐，令港隊球迷覺得

應該贏得這場比賽，而港隊又確實取得3次明顯的入球良機！你不能說港隊踢得很差，只是無法將機會轉化成致勝入球，對賽果難免失望，但現在只能放眼次回合。我認為盧比度現在的首要工作，是先做好防務，因為首回合的兩個失球實在太簡單，若然防線未能有大改善，港隊次回合要在作客情況下贏波捧盃，會遇上更大困難。